

ABSTRAK

Nama : Yuliana
Program Studi : Pendidikan Profesi Ners
Judul : Asuhan Keperawatan pada Pasien Gastritis dengan Penerapan
Terapi Relaksasi Autogenik di RS Bhayangkara
Tk.1 PUSDOKKES POLRI
Pembimbing : Ns. Martha K. Silalahi, S.Kep., M.Kep
Ns. Jamilah, S.Kep., M.Kep

Latar Belakang. Gastritis merupakan peradangan gaster atau salah satu masalah pencernaan yang sering menyebabkan nyeri akut pada penderitanya, upaya yang dilakukan utk mengatasi nyeri atau menurunkan tingkat nyeri umumnya menggunakan farmakologis (obat-obatan) dan nonfarmakologis seperti terapi relaksasi autogenik. **Metode.** Penulisan karya ilmiah ini menggunakan pendekatan studi kasus dengan format pengkajian nyeri terstruktur. Terapi relaksasi autogenik diterapkan selama tiga hari dan efektivitasnya dievaluasi melalui penurunan skala nyeri menggunakan Numerical Rating Scale (NRS). **Hasil.** Hasil implementasi terapi yang dilakukan menunjukkan penurunan skala nyeri dari 7 menjadi 6 pada hari pertama, turun menjadi 4 pada hari kedua, dan stabil di angka 3 pada hari ketiga.

Kesimpulan. Terapi relaksasi autogenik efektif dalam menurunkan tingkat nyeri akut pada pasien gastritis. Intervensi ini dapat direkomendasikan sebagai terapi komplementer dalam asuhan keperawatan pasien dengan gastritis.

Kata Kunci: gastritis, nyeri akut, relaksasi autogenik.

ABSTRACT

Name : Yuliana
Study Program : Professional Nurse Education
Title : Nursing Care for Patients with Gastritis through the
Application of Autogenic Relaxation Therapy at Bhayangkara
Hospital Tk.1 PUSDOKKES POLRI
Supervisor : Ns. Martha K. Silalahi, S.Kep., M.Kep
Ns. Jamilah, S.Kep., M.Kep

Background. Gastritis is an inflammation of the stomach and is one of the most common digestive problems that often causes acute pain in patients. Efforts to reduce or manage the pain typically involve both pharmacological (medications) and non-pharmacological methods such as autogenic relaxation therapy.

Method. This scientific paper uses a case study approach with a structured pain assessment format. Autogenic relaxation therapy was applied for three days, and its effectiveness was evaluated by measuring the reduction in pain levels using the Numerical Rating Scale (NRS).

Results. The implementation of the therapy showed a decrease in pain levels from 7 to 6 on the first day, further decreased to 4 on the second day, and stabilized at 3 on the third day.

Conclusion. Autogenic relaxation therapy is effective in reducing acute pain levels in patients with gastritis. This intervention can be recommended as a complementary therapy in the nursing care of gastritis patients.

Keywords: gastritis, acute pain, autogenic relaxation.